

Tantra Tempel – Training

Onze visie op Tantra

Wij zien Tantra als een levenshouding, een manier van in het leven staan. Dat betekent niet zo vastzitten aan ideeën, allerlei dogma's, vooroordelen en concepten. Probeer neutraal te zijn, in het midden te zijn, geen oordeel hebben. Dat houdt in: innerlijk een vrij mens te zijn. Door volledig vrij te zijn en energie vrijelijk te laten stromen, betekent volledig in je kracht komen.

Belangrijke componenten bij onze visie op Tantra:

1. Meditatie, bewustzijn, bewust zijn van wat er in het lichaam plaats vindt. Bewust zijn van gedachtestromen, energieën, emoties en sensaties. Daarnaast bewust zijn wat er in de omgeving plaats vindt tot en met het gehele universum. Bewust zijn op alles wat er in en om je heen gebeurt. En dat alles zonder oordeel.
2. Transformatie, verfijning van energieën en deze op een hogere trilling brengen. Het gaat altijd om levensenergie. Deze levensenergie kan diverse kwaliteiten bezitten. Hoofdzakelijk gesitueerd bij het basiscenter heeft deze levensenergie de kwaliteit van seksuele energie. Als deze langs de ruggengraat verder omhoog stroomt, kan het de kwaliteit van hart-energie krijgen. Stroomt deze nog verder door tot de kruin-chakra krijgt het de kwaliteit van spirituele energie. Dit wordt de “rising Kundalini” genoemd.
3. In het ‘hier en nu’ zijn. Wanneer men in gedachten veel in het verleden zit of veel in de toekomst, is men niet hier. Dan wordt het moment van ‘hier en nu’ gemist. In het ‘hier en nu’ zijn betekent in contact zijn met het Goddelijke, het Bestaan of de universele Bron. Je bent dan zo veel mogelijk één met het Goddelijke, één met het licht, één met het universum.
4. Het meegaan met de (energie) stroom. Wanneer er allerlei aanwijzingen zijn die een bepaalde richting uitwijzen, dan is het een zware opgave om daar tegenin te gaan. Het is van belang om je hart te volgen, je innerlijke Buddha. Dingen moeten gemakkelijk gaan, go with the flow, flow with the go, het hoeft geen vechten te zijn.

Durf het leven te leven - Het leven is zó mooi !

Want je leeft maar één keer in dit lichaam, en dat is nou net toevallig NÚ . . .

Leef – Lach – Geniet – heb Lief

Nirav